

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga memunculkan perilaku, sedangkan psikologi adalah ilmu yang mempelajari perilaku. Maka dari itu olahraga merupakan bidang yang tidak bisa dilepaskan dari kajian psikologi. Berbagai aspek psikologi berpengaruh dalam perilaku olahraga, karena itu kajian psikologi olahraga bermanfaat untuk mencapai optimalisasi dalam aktivitas olahraga, baik individu, kelompok, pelatih, efek penonton dan hal lainnya. Sepak bola adalah cabang olahraga yang populer di dunia, semua kalangan mengenal sepak bola baik dari orang kaya sampai yang miskin, yang tua sampai anak – anak, semua mengenal olahraga ini. Sepak bola merupakan olahraga yang sangat mudah ditemui dan dimainkan, permainan ini juga mudah dijangkau oleh semua golongan, inti permainan ini adalah adanya bola, gawang dan lapangan. Jadi siapapun dan dimanapun berada, bisa menemui permainan olahraga ini, itu alasannya kenapa permainan ini sangat mendunia dan masyarakat. Sepak bola adalah olahraga yang dimainkan oleh dua kelompok berlawanan yang masing-masing berjuang untuk memasukkan bola ke gawang kelompok lawan., masing – masing kelompok beranggotakan sebelas pemain, sehingga kelompok tersebut dinamakan kesebelasan.. (Menurut pendapat Sucipto. Dkk 2000:7). Sepak bola adalah permainan beregu, masing – masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan kaki, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan

tangannya di area penjaga gawang yang ditandai oleh garis. Dalam sebuah permainan sepak bola terdapat istilah kompetisi, baik itu kompetisi antar pemain maupun kompetisi antar kelompok/tim.

Kepercayaan diri, Rasa percaya diri (*self confidence*) erat kaitannya dengan falsafah pemenuhan diri (*self fulfilling prophecy*) dan keyakinan diri (*self efficacy*). Seorang atlet yang memiliki rasa percaya diri yang baik, percaya bahwa dirinya akan mampu menampilkan kinerja olah raga seperti yang diharapkan (Setiadarma, 2000). Lauster (1978) menjelaskan kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas melakukan hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang dan memiliki dorongan untuk berprestasi. Lauster menyebutkan ciri dari orang yang percaya diri adalah perasaan atau sikap tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleransi, tidak memerlukan pengakuan orang lain, selalu optimis dan tidak ragu-ragu dalam mengambil keputusan. Berkaitan dengan aspek-aspek kepercayaan diri, Kumara (1987) menyatakan bahwa ada empat aspek kepercayaan diri, yaitu :

1. Kemampuan menghadapi masalah
2. Bertanggung jawab terhadap keputusan dan tindakannya
3. Kemampuan dalam bergaul
4. Kemampuan menerima kritik

Kepercayaan diri akan memberikan suatu dampak kepada diri individu. Hal ini dijelaskan oleh Weinberg dan Gould (Setiadarma, 2000) bahwa rasa percaya diri memberikan dampak positif pada hal-hal berikut ini :

- a. Emosi, individu yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi akan lebih mudah mengendalikan dirinya di dalam suatu keadaan yang menekan.
- b. Konsentrasi, seorang individu akan lebih mudah memusatkan perhatiannya pada hal tertentu tanpa rasa terlalu khawatir.
- c. Sasaran, individu cenderung mengarahkan pada sasaran yang cukup menantang, karenanya ia juga akan mendorong dirinya untuk berupaya lebih baik.
- d. Usaha, individu tidak mudah patah semangat atau frustrasi dalam berupaya meraih cita - citanya dan cenderung tetap berusaha kuat secara optimal sampai usahanya berhasil.
- e. Strategi, individu mampu mengembangkan berbagai strategi untuk memperoleh hasil usahanya.
- f. Momentum, seorang individu akan menjadi lebih tenang, ulet, tidak mudah patah semangat, terus berusaha, mengembangkan dan membuka peluang bagi dirinya.

Tanpa memiliki rasa percaya diri secara penuh seorang atlet tidak akan dapat mencapai prestasi tinggi, karena ada hubungan antara motif berprestasi dan percaya diri. Percaya diri adalah rasa percaya bahwa ia sanggup dan mampu untuk mencapai prestasi tertentu; apabila prestasinya sudah tinggi maka individu yang bersangkutan akan lebih percaya diri (Setyobroto, 2002). Kurang percaya diri tidak akan menunjang tercapainya prestasi yang tinggi. Kurang percaya diri berarti juga meragukan kemampuan diri sendiri, dan ini jelas merupakan bibit ketegangan,

khususnya pada waktu menghadapi pertandingan melawan pemain yang seimbang kekuatannya, sehingga ketegangan pada waktu bertanding tersebut merupakan bibit kekalahan.

Menang dan kalah dalam kejuaraan biasanya menjadi standar ukuran berhasil tidaknya seorang atlet mengembangkan ketrampilan olahraganya. Padahal untuk memenangkan pertandingan, yang penting adalah tampil dengan baik (dalam Satiadarma, 2000:157). Karena itu, persoalan yang sering ditanyakan oleh pengurus dan pelatih olahraga pada hakikatnya terarah pada suatu sasaran yaitu membina atlet agar mereka mencapai penampilan puncak (*peak performance*) (dalam Satiadarma, 2000:159). Namun demikian, sejumlah orang memiliki pandangan yang keliru tentang arti dari penampilan puncak. Mereka beranggapan bahwa pengertian penampilan puncak adalah kemenangan. Atlet yang mencapai penampilan puncak adalah mereka yang menang, memperoleh medali emas, piala, dan seterusnya. Padahal penampilan puncak tidak menjamin seorang atlet akan menang. Dalam beberapa kasus memang penampilan puncak tidak harus menghasilkan juara, terlebih lagi di dalam olahraga beregu misalnya pada tim-tim bola basket, sepak bola, voly dan sebagainya. Satiadarma menggambarkan bahwa penampilan puncak adalah: 1) penampilan puncak tidak sama dengan menjadi juara, 2) seorang juara belum tentu memperoleh gelar juaranya pada saat ia berada pada kondisi penampilan puncak nya, 3) penampilan puncak atlet dapat terjadi hanya sekali dalam kehidupan seorang atlet, dapat pula terjadi berulang kali, 4) penampilan puncak atlet pada suatu situasi sulit dibedakan dengan penampilan puncak pada saat situasi lainnya, karena berperannya

sejumlah faktor eksternal secara kompleks, 5) penampilan prestasi puncak hendaknya tidak dijadikan tolok ukur bahwa seorang atlet harus menjadi juara, dan 6) penampilan puncak hanya membuka peluang 9 atau 10 yang lebih besar bagi atlet untuk tampil dengan baik di dalam pertandingan (dalam Satiadarma, 2000:163). berdasarkan pendapat dan gambaran tentang penampilan puncak diatas, dapat disimpulkan bahwa penampilan puncak adalah suatu kondisi optimal yang dimiliki seorang atlet saat melakukan segala bentuk kegiatan olahraganya ketika bertanding.

Banyak studi yang menunjukkan bagaimana pentingnya peranan factor psikologis dalam meningkatkan performa seorang atlet dalam menghadapi pertandingan. Fungsi faktor psikologis adalah sebagai penggerak atau pengarah penampilan atlet. Faktor psikologis sering terungkap dalam ungkapan seperti: adu akal, taktik, motivasi, tertekan, determinasi, atau yang menghambat, seperti: kecemasan, ketegangan, hilang konsentrasi dan tidak percaya diri (Sudarwati, 2007:13). Hasil studi dari Sudarwati (2007), menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan motivasi berprestasi pada atlet bulutangkis pelatnas Cipayung. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keyakinan diri seorang atlet, maka motivasi berprestasinya pun akan tinggi. Sebaliknya semakin rendah keyakinan dirinya, maka motivasi berprestasinya akan rendah. Penelitian faktor psikologis lain yang mempengaruhi performa atlet juga dilakukan oleh Lina Astriani (2010) tentang “Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap *Peak Performance* Atlet Bola Basket Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri Di Kota Malang” menunjukkan

bahwa semakin tinggi kepercayaan diri atlet bola basket maka penampilan puncak (*peak performance*) juga akan semakin tinggi pula.

Berdasarkan pada penelitian diatas, membuktikan bahwa faktor psikologis sangatlah penting dalam bidang olahraga. Gill, Gould, Weiss, Weinberg, Rushall, dan Terry dalam Satiadarma (2000), secara umum berpandangan bahwa atlet yang memiliki ketrampilan yang baik pada umumnya memiliki skor rendah dalam derajat kecemasan, ketegangan, depresi, marah, dan bingung. Mereka sebaliknya memiliki kecenderungan memperoleh skor tinggi dalam aspek kepercayaan diri, konsep diri, harga diri, keberanian, kebutuhan berprestasi, kecenderungan untuk mendominasi, agresi, inteligensi, kemandirian, ketegangan mental, independensi atau otonomi, kemampuan sosial, stabilitas pribadi dan kecenderungan ekstroversi (Satiadarma, 2000:40).

Arema Indonesia merupakan salah satu tim sepak bola asal Malang, bukan hanya menjadi tim sepak bola tetapi Arema juga menjadi icon dari malang sendiri. Tim ini terdapat banyak pemain – pemain bagus di Indonesia khususnya, sebut saja Cristian Gonzales, Beto Gonzalves, Syamsul Arif, Victor Ibonefo dan masih banyak lagi nama – nama yang terkenal di tim yang berjudul Singo Edan ini. Bagaimanakah kepercayaan diri para pemain Arema Indonesia dalam menunjukkan permainan terbaiknya, ketika bersaing dengan pemain lain dengan kualitas yang sama, kepercayaan diri tinggi atau sebaliknya. Kalah sebelum bertanding mungkin akan menjadi hasil yang di dapat ketika kepercayaan diri pemain rendah. Namun, bagaimana jika ada pemain yang mempunyai rasa percaya diri yang berlebih? Kekalahan akan membuatnya runtuh seketika. Pemain sepak bola yang merasa tidak

percaya diri, atau sering disebut malu (*diffident*), tidak percaya diri merupakan akibat dari ketidakyakinannya pada kemampuan yang dia miliki, pemain sepak bola tersebut menganggap dirinya terlalu rendah sehingga kemampuan optimalnya tidak tampak dengan kata lain, pemain sepak bola tersebut meremehkan dirinya sendiri. Untuk kasus seperti ini, sebuah kesalahan kecil akan menimbulkan malapetaka, karena akan mengukuhkan anggapan tentang ketidakmampuannya. Penampilan merupakan aspek penting untuk ditinjau baik pada saat atlet mengalami kekalahan maupun mengalami kemenangan. Kemenangan dapat terjadi karena faktor kebetulan atau keberuntungan, dan jika atlet terlalu terbuai didalam kemenangan ia kurang peduli dengan penampilannya. Akhirnya koreksi penampilan tidak dilakukan, dan diwaktu mendatang ia dapat berbuat kesalahan fatal karena tidak memperoleh koreksi atas penampilannya terdahulu (dalam Sutiadarma, 2000:214).

Kasus yang tidak kalah merugikannya adalah ketika seorang pemain sepak bola mempunyai kepercayaan diri yang melampaui batas atau *overconfidence*. Dengan kata lain, pemain sepak bola tersebut mempunyai keyakinan yang terlalu berlebihan mengenai kemampuan aslinya (Wann, 1997). *Overconfidence* ini pun tidak kalah berbahaya dari kekurangan rasa percaya diri. Akibat kepercayaannya yang tidak sesuai dengan kondisi nyata, pemain sepak bola tersebut akan cenderung untuk mengurangi atau bahkan malas berlatih. Efeknya adalah penurunan performa pada saat kompetisi dan karena pemain tersebut mempunyai rasa percaya diri yang berlebihan biasanya tidak pernah membayangkan kekalahan, maka pada saat harus menerima kekalahan yang muncul adalah rasa frustrasi yang berlebihan. Oleh karena

itulah, seorang atlet harus tetap menjaga rasa percaya dirinya (*self confidence*) pada titik yang optimal. Seorang atlet yang mempunyai rasa percaya diri optimal biasanya mampu menangani situasi yang sulit dengan baik. Mereka akan mengembangkan sikap yang rasional, mau bekerja keras, melakukan persiapan yang memadai dan juga mempunyai banyak alternatif untuk memecahkan kesulitan yang muncul (Dosil, 2006). Dengan banyaknya pemain bintang dalam skuat Arema Indonesia, pastinya tidak semua pemain dapat bermain dengan sesuai keinginan dari pelatih.

Beberapa fakta menarik yaitu pemain *winger* lincah arema sebut saja (AS) dalam tim sebelumnya merupakan pemain utama yang bisa menjadi penyelamat atau penentu kemenangan timnya. Tetapi pada musim ini dia sulit sekali untuk menampilkan permainan terbaiknya, malah banyak menghuni bangku cadangan. Apakah (AS) belum bisa penunjukkan penampilan puncaknya? Belum tentu, sejumlah orang memiliki pandangan yang keliru tentang arti penampilan puncak. Mereka banyak beranggapan bahwasanya pengertian penampilan puncak merupakan suatu kemenangan. Atlet yang mencapai penampilan puncak adalah mereka yang dapat memenangkan pertandingan, memperoleh medali, piala dan seterusnya. Padahal, penampilan puncak belum menjamin seorang atlet akan menang. Misalkan ada 10 atlet yang bertanding, kemudian mereka semua berada pada kondisi terbaiknya, pasti hanya satu yang akan menjadi pemenang dan yang Sembilan kalah. Tetapi kesembilan atlet yang kalah ini tidak bisa dikatakan bahwa mereka tidak berada dalam penampilan puncak. Sama halnya dengan kasus arif suyono bisa jadi dia belum menemukan permainan terbaiknya atau rekan satu timnya sedang berada

dalam penampilan terbaiknya. Jadi dari beberapa fakta diatas dapat di ambil pengertian bahwasanya Penampilan puncak adalah penampilan optimum yang dapat dicapai oleh seseorang.

Kemudian ada fakta menarik dalam situasi yang dialami tim AREMA saat ini yaitu terjadinya banyak hal yang di luar dugaan, ketika bertanding sering kali terpeleset dalam beberapa laga yang diatas kertas mereka dapat memenangkan pertandingan tersebut, salah satunya ketika bermain melawan semen padang di stadion kanjuruhan malang, diprediksi AREMA dapat memenangkan laga dengan mudah, apalagi dengan kondisi tim yang sedang berada di puncak klasemen dan baru saja mengalahkan Persija 1 : 0. Prediksipun Arema bisa mengalahkan Semen Padang dengan skor 3 : 0, tetapi dilapangan tidak sesuai dengan prediksi yang ada, Arema kalah 1 : 2 dan mendapatkan kekalahan perdana di depan publik Kanjuruhan. Dalam laga tersebut sebenarnya banyak sekali peluang yang didapatkan oleh cristian gonzales dan kawan – kawan, tetepi peforma yang ditunjukkan para pemain AREMA dibawah peforma yang diinginkan dan terlihat terlalu percaya diri akan mengakhiri laga dengan kemenangan. (MajalahSport.com). Berikut juga fakta terlalu percaya dirinya sang arsitek dalam menurunkan pemain, diturunkanya 3 penyerang sekaligus plus satu winger memperlihatkan betapa bernaafsunya memburu kemenangan perdana di laga AFC cup, apalagi kali ini bermain di depan publik kanjuruhan. Nama seperti Samsul, Beto, Gonzales dan Dendi adalah barisan pemain spesialis menyerang yang sangat baik dan memiliki kemampuan spesialisasi yang berbeda beda dan akan saling melengkapi. Tetapi hasil yang diinginkan tidak sesuai dengan keinginan Arema harus

menyerah 1 : 3 melawan Hanoi dari Vietnam, kekalahan tidak bisa dihindarkan. Kesimpulanya adalah Arema terlalu percaya diri dan kalah dalam adu taktik terbuka dalam pertandingan kali ini. (aremastatistik.blogspot.com). Dari fakta tersebut peneliti tertarik dengan permasalahan yang telah dihadapi oleh tim Arema yaitu tentang kepercayaan diri pemain dan penampilan yang tidak stabil sehingga mempengaruhi performa tim Arema dalam menghadapi suatu pertandingan. Dari permasalahan tersebut maka peneliti tertarik pada bagaimana konsistensi tingkat penampilan puncak para pemain Arema dalam menghadapi setiap laga? Bagaimana tingkat kepercayaan diri para pemain bintang di Arema? Apakah kepercayaan diri ada hubungannya dengan penampilan puncak dari para pemain Arema? Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis mengajukan penelitian tentang “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penampilan Puncak Pemain Sepak Bola Arema Indonesia”.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kepercayaan diri pemain sepak bola tim Arema Indonesia?
2. Bagaimana tingkat Penampilan puncak pemain sepak bola tim Arema Indonesia?
3. Bagaimana hubungan kepercayaan diri dan Penampilan puncak pemain sepak bola Arema Indonesia ?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat kepercayaan diri pemain sepak bola tim Arema Indonesia.

2. Mengetahui tingkat Penampilan puncak pemain sepak bola tim Arema Indonesia.
3. Mengetahui hubungan kepercayaan diri dan Penampilan puncak pemain sepak bola Arema Indonesia.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Cakupan penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu psikologi yang terutama membahas tentang gejala – gejala jiwa dan mental yang dapat diamati, dalam hal ini peneliti memfokuskan tentang pembahasan kepercayaan diri mempengaruhi terhadap Penampilan puncak pemain.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sarana informasi dan komunikasi untuk menambah wawasan pengetahuan mengenai proses pengelolaan pemain yang baik, meningkatkan kemampuan secara profesional dan sebagai wadah pengaplikasian ilmu yang telah dipelajari selama mengikuti perkuliahan Program S1-Psikologi UIN MALIKI Malang.

3. Bagi Tim Arema Indonesia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk meningkatkan kemampuan pemain untuk dapat berkontribusi penuh terhadap kemajuan tim Arema, mampu membantu tim dalam pembinaan dan pengembangan dalam rangka memotivasi pemain untuk mengevaluasi kepercayaan diri pemain serta meningkatkan komitmen pemain terhadap tim, sehingga dapat menumbuhkan penampilan terbaiknya saat bertanding.

4. Bagi Universitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengukur tingkat keberhasilan dari sistem pendidikan yang diberikan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

5. Bagi Pembaca

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan baru pada bidang psikologi umumnya dan olahraga sepak bola khususnya untuk penelitian selanjutnya.

